**Информационная памятка учителю**

**«Как предотвратить и преодолеть школьный буллинг»**

Информационная памятка может использоваться для лекций, составления информационных буклетов, бесед и других форм работы с педагогическим коллективом.

Буллинг - длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного или группы детей к другому ребенку (другим детям). Это разрушительное поведение «сильных», направленное на «слабых» с целью получения «удовольствия» от наносимого «слабым» материального и морального ущерба.

Буллинг включает эмоциональное (насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания, необъективные оценки, публичное унижение, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой) и физическое насилие (избиение, нанесение ударов, шлепки, подзатыльники, порча и отнятие вещей), которые вызывают травматические переживания у жертвы. Жертвой обычно становится тот, кто чем-то отличается от других.

Способы предотвращения:

* относитесь к своим ученикам с уважением, доброжелательно, как равным. Если в вашем отношении к детям преобладает психическое насилие (необоснованные требования и запреты, оскорбления, подавление свободы, жесткое регламентирование поведения), это провоцирует жестокость и враждебность со стороны самих учащихся.
* исключите навешивание ярлыков на детей и предвзятое отношение. Не унижайте ученика, который не успевает в учебе или уязвим в других отношениях. Избегайте негативных или саркастических высказываний по поводу внешности или происхождения ученика, устрашающих и угрожающих жестов или выражений;
* пресекайте любые насмешки над неудачами одноклассников и пренебрежительные замечания в их адрес. Обговорите с ребятами, что если у кого-то что-то не получается, то в этом нет ничего смешного, все мы учимся, и каждый имеет право на ошибку. Разбор ошибок делайте либо, не называя тех, кто их допустил, либо индивидуально. Избегайте высмеивания и сравнивания детей на уроках. Оценки за контрольные работы можно не объявлять публично, а выставлять в дневники;
* не противопоставляйте ребенка коллективу, например, не наказывайте весь класс за проступок одного ученика. Избегайте обсуждения и оценивания личностных качеств ребенка перед всем классом. Возникающие конфликты улаживайте наедине с участниками. Воздержитесь от публичных обвинений и выяснения отношений с учеником, уличенном во лжи или воровстве.
* обращайте внимание на всякие «мелкие» происшествия в классе, например, ситуации, когда более активный и агрессивно настроенный ребенок обижает своего тихого соседа, не дает ему житья. Ни в коем случае не пренебрегайте детскими жалобами - вы можете не реагировать на них немедленно, но принимайте во внимание всегда;
* поддержите новенького, пришедшего в класс, помогите ему наладить отношения с одноклассниками: представьте его ребятам, расскажите ему о классе;
* объединяйте класс с помощью совместных мероприятий, поездок, походов, постановки спектаклей, выпуска стенгазет и т.д.;
* дайте возможность наиболее активным детям проявить себя в мирных делах и самоутвердиться за счет собственных способностей.

Способы преодоления:

* дайте отвергаемому ребенку возможность показать себя ввыгодном свете, продемонстрировать свою полезность для коллектива (одинпрекрасно рисует, другой хорошо играет на гитаре, третий много знает о космосе, четвертый интересно рассказывает истории и т.д.). Помогите ему проявить свои способности;
* не усиливайте изоляцию отвергаемого ребенка, сажая его отдельно от всех. Посадите такого ребенка с уверенным в себе, имеющим определенный авторитет у одноклассников и неагрессивным сверстником. Попросите последнего оказать помощь и поддержку новому соседу;
* по возможности избегайте ситуаций, в которых часть детей может остаться невостребованными или отвергнутыми одноклассникам. В проблемных классах заранее распределяйте учащихся по командам так, чтобы избежать конфликтов. Распределение по командам не должно обсуждаться с детьми. Если в классе есть отвергаемые дети, то лучше избегать соревнований и соперничества, так как проигрыш спровоцирует новый конфликт. В неудаче обвинят именно отверженных;
* поговорите с преследователями о том, почему они пристают к жертве. Обратите их внимание на чувства жертвы - обиду, унижение, страх, отчаяние.... Подчеркните положительные качества изгоя. Попросите их письменно ответить на вопрос: «Чем я могу помочь?».
* в беседах со школьниками твердо выскажите свою негативную позицию по отношению к травле. Докажите, что решение проблемы прежде всего в их интересах. Обращайтесь к их чувствам, давайте моральную оценку действий агрессоров - это увеличивает вероятность того, что они будут на стороне «жертвы» и попытаются помочь. Обсудите с учащимися, почему в вашем образовательном учреждении возможно насилие и что нужно сделать, чтобы его предотвратить. Ознакомьте школьников с фильмами и книгами, которые содержат информацию на тему буллинга. Предложите тему для обсуждения, например: как свидетели насилия должны себя вести, чтобы помочь «жертве», «обидчику»;
* предайте акты насилия гласности - проинформируйте учителей и учеников о подробностях случившегося, сопутствующих обстоятельствах, именах участников. Это поможет детям понять, где проходит граница дозволенного, и ограничить неприемлемое поведение.
* помогите ребенку, ставшему жертвой, решить свои проблемы, например, преодолеть неуверенность в себе. Скажите ему: «Я тебе верю. Мне жаль, что с тобой это случилось. Это не твоя вина. Хорошо, что ты мне об этом сказал. Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность». Спросите ребенка, с кем еще он может поговорить о своих чувствах: «Я заметила, что в последнее время ты кажешься не очень счастливым. Я за тебя беспокоюсь. Могу ли я что-нибудь сделать, чтобы тебе помочь? Может быть, ты хочешь еще с кем-нибудь поговорить?». Совместно смоделируйте ситуацию, в которой он находился, и обсудите возможные пути выхода из нее. С его родителями говорите о том, что можно и нужно сделать, чтобы изменить ситуацию;

проведите работу по профилактике долговременных последствий акта насилия. Поговорите отдельно с каждым ребенком, ставшим жертвой и предложите письменно описать все случившееся. Поговорите отдельно с каждым членом группы агрессоров и получите от них письменное изложение инцидента. Объясните каждому члену девиантной группы, что он нарушил правила поведения, и укажите меру ответственности за содеянное.